개강과 개학으로 새롭게 시작하는 9월. 각종 기관의 문화강좌들이 대거 오픈하는 달이다. '새 마음'을 꿈꾸며 뭔가 색다른 경험을 찾는 이들이 있다면 요가·명상 강좌에 참여하며 삼매의 즐거움에 빠져보는 것은 어떨까.

청명한 가을 요가와 함께

순산을 위한 요가강좌에 참석한 임산부들.

청소년을 위한 요가 강좌에 참여중인 경기예고 학생들.

각 대학 평생교육원 문화센터·시군구 회관 등 9월부터 강좌 대거 오픈

일주일에 한 두 차례 수업으로 체계적인 교육을 소화하고 싶다면 각 대학 평생교육원 강좌를 이용해 보자. 전국적으로 몰아닥친 요가열풍에 힘입어 평생교육원의 요가 강좌 개설이 늘어나는 추세이며, 심신수련에 대한 수강생들의 높아진 수준을 반영하듯 수업 역시 밀도있게 진행된다. 특히 상명대 평생교육원은 세계 최초의 요가대학인 인도 비하르 대학에서 요가를 전공한 요가전문가 유성숙(전 파라 웰빙 요가센터 원장)씨의 지도 하에 요가 니드라(요가의 잠) 등 독특한 수업을 마련하고 있다.

다양한 주제의 요가강좌를 접하고 싶다면 문화센터를 찾는 것도 좋다. 중앙일보 문화센터를 비롯해 현대·롯데·신세계 백화점 문화센터에서는 다양한 연령층을 대상으로 요가 강좌를 내놓고 있다. 임산부를 위한 태교요가, 엄마와 아기가 함께하는 교감요가, 5세 미안의 유아들을 위한 베이비 요가, 노년층을 위한 실버 요가 등 맞춤식 요가프로그램이 풍성하다. 또한 참선도 함께 배우는 선요가와 인도전통의학인 아유르베다를 응용한 아유르베다 요가 등의 강좌도 마련돼 있다.

이밖에도 시·군에서 운영하는 회관의 요가강좌는 저렴한 가격으로 '심신 안정' 실속을 챙길 수 있어 주민들에게 인기가 많다.

강신재 기자

물구나무서기 체위를 연습중인 요가수련생들.

평생교육원

장소	강좌명	시간·요일	수강료	마감	개강	전화번호
강남대	웰빙 요가	화 15:00~17:00 화 18:30~20:00	15만원(15주)	9/3	9/6	(031)2803-441~4
건국대(충주캠)	음양오행요가	금 18:20~20:00	15만원(15주)	8/31	9/4	(043)840-3242
계명대	요가	금 12:00~13:00 월 19:00~20:00	10만원(15주)	8/31	9/6	(053)620-2293
광주대	요가와 명상	화,목 15:00~17:00	13만원(15주)	8/26	8/31	(062)670-2167
부경대	요가	금 19:00~21:00	12만6천원(15주)	8/31	9/3	(051)620-6785
부산대	움직임을 위한 요가	수 14:00~16:00	10만원(15주)	8/30	9/1	(051)510-1234
부산카톨릭대	웰빙 건강요가	화① 10:30~12:30 화② 17:10~19:10	15만원(15주)	9/1	9/6	(051)510-0699
상명대	요가	화 10:00~12:00	18만원(15주)	9/1	9/7	(02)2287-5289
아주대	요가	화목 18:30~19:30 화목 19:40~20:40	18만원	9/1	9/13	(031)219-1564
인하대	생활요가	화금 19:00~20:50	15만원(15주)	8/31	9/3	(032)860-8292~6
원광대	요가와 단전호흡 태극권	수 18:00~21:00	12만원(15주)	9/10	9/8	(063)850-5512~4
진주산업대	생활요가	①화금 10:00~11:30 ②수금 18:40~20:10	12만원(12주)	9/1	9/2	(055)751-3530~1
청주대	명상	수 10:00~12:00	10만원(15주)	8/31	9/1	(043)229-8878
한남대	요가	월금 10:00~11:30	13만원(10주)	9/3	9/6	(042)629-7780

문화센터 및 공공기관

장소	강좌명	시간·요일	수강료	마감	개강	전화번호
노원구청	요가	월수 2:00~3:00	무료(12주)	8/27	9/1	(02)950-3100
서귀포시 여성회관	생활요가	월수 14:00~15:30	2만원(8주)	8/25	9/1	(064)763-2950
용산문화원	건강요가	화목 12:40~13:40	6만원(12주)	9/1	9/1	(02)703-0052
김제시 여성회관	요가	월수 10:00~12:00	1만5천원(12주)	9/4	9/6	(063)540-3591
중앙문화센터 (본점)	정강주의 건강요가	금 10:00~11:30 화 14:00~17:50	11만원(12주)	9/1	9/7	(02)776-4414
중앙문화센터 (인천 계산점)	임산부를 위한 태교요가	토 11:30~12:20	12만원(12주)	9/1	9/7	(032)547-4221
중앙문화센터 (부산해운대점)	선요가·선기공	목 15:10~17:40	8만원(12주)	9/1	9/7	(032)741-3980
신세계 문화센터 (강남점)	아유르베다 요가	①월 12:00~13:10 ②월 13:15~14:25	9만원(11회)	9/6	9/7	(02)3479-1500
신세계 문화센터 (영등포)	실버요가	월 9:50~10:50	7만원(11회)	9/7	9/7	(02)2638-1500
신세계 문화센터 (영등포)	엄마와 아기가 함께하는 교감요가	월 10:30~11:20	3만5천원(11회)	9/7	9/7	(02)2638-1500

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가?
나는 어디로 가고 있는가?
그에 대한 답이 여기 있습니다.

Avatar 밝은길 아바타 센터

전화주시는 분께는 안내 자료를 보내드립니다.

경전의 이 말씀을, 당신께서 투자하는
단, 9일간의 내면 여행으로 터득하실 수 있습니다.
당신의 소원을 이루십시오.

서울 종로구 평창동 110-4 101호
☎ 02)396-2736 · HP 010)6230-2113
http://www.avatarcenter.co.kr
E-mail:heegyunwiz@hanmail.net

선의 세계 57

교외별전(敎外別傳)- 17

깨달음·반야·진리 모두 한마음으로 통해 내 마음이 세상의 진상 담을 때 '이심전심'

앞에서도 언급한 적이 있듯이, 교외별전이라는 구절 뒤에는 흔히 이심전심(以心傳心)이라는 말이 따라온다. 문자를 인정치 아니하고(불립문자 · 不立文字), 문자로 전해지는 가르침 이외에 뭔가 다른 경로로 전해오는 것이 있다고 했는데(교외별전 · 敎外別傳), 무엇을 통해 무엇이 전해지느냐는 물음에 대한 답이 마음으로써 마음을 전한다는 바로 이 대목이다. 이제 이심전심이라는 말의 뜻을 살펴보는 것으로 교외별전에 대한 이야기를 마무리 짓고자 한다.

마음이라는 말은 인도불교사상에서도 많이 쓰이기는 했지만, 중국불교사상에서는 이 마음이라는 개념을 특히 많이, 그리고 매우 중요하게 사용하였다. 그 용례를 분석해서 여러 가지 복잡한 뜻을 자세하게 파헤친 연구가 많이 이루어졌지만, 여기서는 그런 복잡한 이야기는 제쳐놓고 좀 단순한 이해를 구해보기로 한다.

이심전심이란 직역하면 위에서도 말했듯이 마음으로써 마음을 전한다는 말이다. 통로가 되는 마음은 누구의 어떤 마음이며 전해지는 마음은 누구의 어떤 마음인가? 통로가 되는 것은 부처님과 나의 마음일 터이다. 말이나 문자로 된 가르침이 아니라 마음에서 마음으로 뜻이 통한다는 얘기이다. 경전에 문자로 고착화된 가르침을 통해서는 진리가 고스란히 전해지지 못하므로, 거기에 너무 집착하지 말라는 뜻이겠다. 그리고 전해지는 마음이란 곧 부처님의 깨달은 마음, 깨달음 체험을 가리킨다고 보면 되겠다.

선종에서 이심전심의 효시가 되는 사건으로 흔히 거론하는 것이 이른바 염화미소(拈華微笑)의 에피소드이다. 누구나 다 아는 얘기인데, 어느 날 석가모니가 제자들을 영산(靈山)에 불러 모으고는, 연꽃 한 송이를 집어 들고는 말없이 약간 비틀어 보였다고 한다. 여느 제자들은 어안이 벙벙해서 어리둥절해하고 있는데, 그 중에 가섭(迦葉)만은 그 뜻을 깨닫고 빙긋이 웃었다는 얘기이다. 두 사람 사이에 말이 아니라 마음에서 마음으로 뜻이 통했다는 말이다.

그러나 불교, 특히 선불교에서 말하는 마음이란 우리가 그 말을 쓸 때 떠올리는 개개인의 마음만을 가리키는 게 아니다. 거기에서 마음이라 하면 깨달음, 반야(般若)와도 같은 뜻이고 세상의 진상 전체를 담은 뜻이다. 개개인의 마음도 그 속에 녹아있다. 마음이 개인의 마음으로만 일하고 있을 때에는, 간혹 서로 통하는 수는 있겠지만 결코 하나가 되지는 못한다. 그러나 나의 마음이 세상의 진상 전체를 담을 때에는 어느 누구, 어느 무엇의 마음과도 통하지 못할 것이 없다.

서로 다른 개체 사이에 말이나 다른 어떤 매개도 통하지 않고 마음으로, 달리 말해 저절로, 뜻이 통하려면 모두가 한마음이어야 한다. 그 한마음이란 이를테면 바로 위에서 말했듯이 깨달음, 반야, 세상 전체를 담은 진리 그 자체이다. 거기에 동참하는 이의 마음은 개인의 마음일 뿐 아니라 보편자의 마음이고 세상 전체가 공유하는 마음이니 누구와도 다 통한다.

아무튼, 이심전심이란 그러니까 경전의 문구에 매달리기보다는 자기가 직접 세상의 진상을 깨치는 체험을 하는 것이 중요하다는 뜻이다. 그 체험을 통하여 부처님의 깨달음 체험이 전해진다. 나의 깨달은 마음을 통해서 부처님의 깨달은 마음이 이어지고 재생산된다. 석가모니의 시대에서 수 천 년이 지난 뒤에 그와는 다른 인종으로 다른 땅에서 한 생을 살고 있는 사람이라도, 내가 직접 깨달음을 체험하고 깨달은 마음을 가질 때에는 석가모니의 깨달음이 고스란히 내게서 발현된다.

■윤원철(서울대 종교학과 교수)

무료특강

퇴마사(退魔士) 양성과정

천도와 제령에 관한 특수비법 공개

특강안내

◆ 강의일시 : 2004년 9월 4일 오후 2시~4시
◆ 지도강사 : 법관선생
◆ 장 소 : 서울 수유동 연구소

◆ 문의 및 신청 ◆

02)996-6156 / 051)817-6156
H.P: 017-553-6156

동방파동명상연구소
홈페이지: www.dongbang21.co.kr

직장인을 위한 불교강좌

불교장례학과 불교한문학과 신입생 모 집

불교장례학과는 불교의 생사관에 대한 철학적 인식을 바탕으로 장묘문화, 상장의례(喪葬儀禮), 장묘제도, 장의와 관련된 직무 등에 관한 지식과 정보를 체계적으로 교육, 연구하게 됩니다.

불교장례학과
2년과정 : 2004년 9월 14일(화) 오후7시개강

교과목	· 장례학개론 · 상장례민속학 · 종교의례 · 불교의례실습 · 보건법규 · 장묘제도론 · 사회복지개론 · 장례경영론 · 임종론 · 불교상,장례문화이해 · 실습 · 견학 등

불교한문학과
3년과정:정규반,통신반 2004년 9월 9일(목) 오후7시개강

과 목	· 장자 (1),(2) · 한문법 (1),(2) · 명심보감, 역경 · 금강경, 법화경, 화엄경, 육조단경

모집인원	제출서류	강의일시 및 장소
· 불교장례학과(30명) · 불교한문학과(50명)	•입학원서 1통 •주민등록등본 1통 •반명함판 사진 3장	•매주 화요일 오후 7시(불교장례학과) •매주 목요일 오후 7시(불교한문학과)

원서 교부 및 문의 본 대학 사무국 : 서울 종로구 수송동 46-20
TEL 02)732-1206~8 / FAX 02)732-1207
인터넷 홈페이지 www.dongsanbud.net

DONGSAN 불교교육 전문도량 동산불교대학

성불사중창불사회향법회안내

삼보님께귀의합니다

무더운 삼복의 더위는 물러가고
선선한 가을바람이 다가오는 계절
불자님들의 가내 평안하시기를 기원합니다.
많은 불자님들의 무량 공덕으로 성불사 중창불사를
원만히 회향코져 하오니 다소힘들고 바쁘시더라도 수희 동참하시어
무량한 복덕 인연을 맺으시기를 발원합니다

성불사 주지 혜원 합장

◎ 일 시 : 2004년 9월 12일 (음 8. 28) 오전 10시
◎ 장 소 : 부산시 사하구 신평동 성불사 대웅전
◎ 연락처 : ☎ 051)292-6818

대한불교본원종 부산 성불사